

## K.O., groggy, « secoué », perdu, assommé : Que faire ?

Les traumatismes crâniens, actuellement dénommés commotions cérébrales, ne sont pas exceptionnels en milieu sportif. Même s'ils sont rares lors de la pratique du judo car ce sport ne comporte pas de coups portés et de K.O., il est important que les Professeurs et les Responsables d'encadrement aient la notion de conduite à tenir en présence d'un sportif victime d'une commotion cérébrale. Le Docteur Hubert Vidalin vous propose cette mise au point ; sa lecture attentive est instructive et vous aidera à prendre la bonne décision pour la personne victime de commotion cérébrale.

*Docteur B. VESSELLE  
Médecin Fédéral national*

La commotion cérébrale est caractérisée par une perte temporaire des fonctions cérébrales normales en raison d'un traumatisme direct ou indirect, avec une force impulsive transmise à la tête, accompagnée ou non de perte de connaissance (P.C.). On retient comme principaux signes, entre autres :

- une altération de la conscience et de la mémoire,
- une confusion ou

désorientation, des difficultés de concentration («groggy»),

- une amnésie antérograde (trouble de l'apprentissage et de la mémoire à court terme intéressant l'enregistrement de faits nouveaux ou de faits survenus depuis le traumatisme) ou rétrograde (trouble de mémoire pour les événements précédant le traumatisme) qui a toute sa valeur;
- des signes fonctionnels : céphalées, troubles inhabituels

du sommeil, fatigue, troubles de la coordination visuelle et gestuelle, troubles de l'équilibre.

Les grades 1 et 2 sont assimilés à une commotion simple ou modérée et le grade 3 à une commotion complexe.

La perte de connaissance est loin d'être omniprésente (10%) et n'est donc pas indispensable au diagnostic de commotion.

La disparition des signes est progressive.



Grade I	pas de perte de connaissance	Confusion < 30 mn	pas d'amnésie
Grade II	pas de perte de connaissance	Confusion < 30 mn	amnésie < 30 mn
Grade III	perte de connaissance même brève	confusion > 30 mn	amnésie > 30 mn

### Questionnaire de terrain

(issu de celui de PATEL)

Les questions s'adressent au sportif commotionné, sur le lieu de pratique.

- 1 : Sur quel dojo sommes nous ?
- 2 : Comment s'appelle mon club ?
- 3 : Quelle est la couleur de ma ceinture ?

- 4 : Quelle est la compétition en cours (ou la prochaine) ?
- 5 : A quel moment sommes-nous de la séance d'entraînement (ou de la compétition) ?
- 6 : Dans quelle partie du combat ou de l'entraînement sommes-nous ? (Début, milieu, fin).

- 7 : Qui a marqué les derniers avantages ou points ?
  - 8 : Quelle a été notre dernière compétition ?
  - 9 : Avez-vous gagné votre dernier combat ? Quel était-il ?
- Une seule réponse fausse traduit une commotion cérébrale.



### CONDUITE A TENIR SUR LE TERRAIN OU AU DOJO :

- 1- Faire un examen qui élimine un traumatisme cervical associé.
- 2- Si médecin présent, prendre son avis, sinon sortir du terrain et demander un avis autorisé.
- 3- Un joueur atteint de commotion ne doit pas reprendre l'activité sportive.
- 4- Une fois les mesures d'urgence réalisées, les tests permettent d'évaluer les performances mentales.
- 5- Le joueur ne doit pas être laissé seul. Il faut surveiller une possible détérioration de l'état général pendant les heures qui suivent.
- 6- Il serait très préférable que toute perte de connaissance, même brève soit examinée en milieu spécialisé.

### RECOMMANDATIONS IMPERATIVES :

- Tout enfant ou adolescent (- de 20 ans) doit avoir un examen médical.
- Tout traumatisme cervical doit être traité en priorité.
- Lors de tout traumatisme, une surveillance doit être faite régulièrement toutes les 5 minutes sur le terrain et la famille prévenue d'une surveillance nécessaire.
- Le retour seul en voiture ou moto est interdit.
- Café, alcool dont bière, tabac sont interdits.
- Le sportif doit rester au repos. Les jeux électroniques et le travail intellectuel sont déconseillés tant qu'il persiste des signes, environ 72 heures.
- Il n'y a pas de traitement médical. (A noter que le paracétamol peut être responsable de céphalées chroniques).



- Toute commotion doit être à nouveau examinée à 48 ou 72 heures.
- Tout traumatisme cérébral nécessite un examen médical avant reprise sportive.
- Tout sujet ayant eu une commotion doit être informé de possibles séquelles à moyen ou long terme.

*Docteur Hubert Vidalin*

2<sup>e</sup> partie dans le prochain numéro : « Le retour au sport ».

## SMI, votre meilleur allié santé

Professeurs, Athlètes, Judokas,

SMI met à votre disposition  
les garanties complémentaires santé  
spécialement étudiées pour la FFJudo

SMI  
Service Marketing - Section Judo  
2, rue de Laborde - 75374 Paris Cedex 08  
Tél. : 01 44 69 10 12

www.mutuelle-smi.com


